

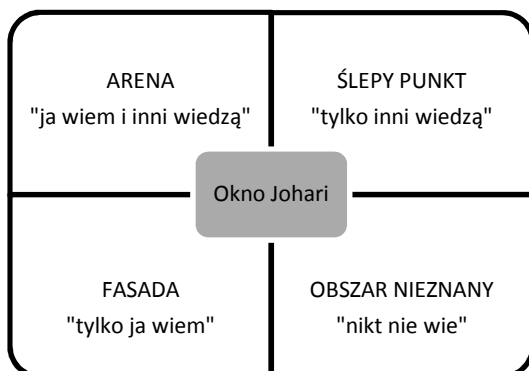
OKNO JOHARI – SELF COACHING

Meme Lekcja 1

W tej lekcji **poznasz** Okno Johari i **dowiesz się** do czego można używać Okna Johari

W latach 50-tych XX wieku dwóch psychologów Joseph Luft oraz Harrington Ingham prowadziło badania na temat dynamiki grup. Autorzy stworzyli model, który nazwali później „Okno Johari”. Nazwa pochodzi od pierwszych części ich imion.

Okno Johari ma cztery mniejsze okienka, przez które obserwator patrzy w specyficzny sposób na obserwowany podmiot. Możemy przez okno popatrzeć na wybraną osobę, na zespół a nawet na organizację. Możemy również, co jest dużo trudniejsze, **spoglądać przez Okno Johari na samego siebie**. I temu właśnie służy ten kurs.



Model Okna Johari jest wykorzystywany do:

- ▣ wzrostu samoświadomości
- ▣ rozwoju osobistego i zawodowego
- ▣ usprawnienia i poprawy komunikacji
- ▣ analizowania i budowania relacji
- ▣ analizy dynamiki grupowej
- ▣ analizy etapów budowania zespołu
- ▣ analizy i budowania relacji.

Do jutra!

Joanna Jadach

joanna.jadach@memebest.pl